

Lanjut Usia dan Kebahagiaan
(Sebuah Kajian Fenomenologi pada Penghuni Panti Jompo
di Pekanbaru)

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana
Strata Satu (S1) Pada Fakultas Psikologi



OLEH
HASNI ALFISAHRIN
10661004619

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM
RIAU
2011

ABSTRAKSI

Penelitian kualitatif ini bertujuan untuk mengetahui makna kebahagiaan pada lanjut usia di panti jompo dan menggambarkan makna kebahagiaan dari sudut pandang lanjut usia di panti jompo secara langsung.

Selanjutnya teknik pengumpulan data menggunakan wawancara semi struktur. Sedangkan teknik analisa data pada penelitian ini mengkombinasikan antara teknik analisis data fenomenologi yang telah dimodifikasi dari analisis Moustakas, dan Creswell (1998) yang meliputi empat tahap, yaitu: mendiskripsikan temuan, mengklasifikasikan data yang relevan dengan topik, menginterpretasikan data, dan hasil berupa sintesis makna dan esensi fenomena.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lanjut usia di panti jompo merasakan kebahagiaan yang diperoleh dari rasa bersyukur dan ikhlas atas semua yang telah lanjut usia dapatkan di panti jompo, hal ini meliputi beberapa faktor yang dirasakan oleh lanjut usia ketika dikaitkan dengan kebahagiaan, yaitu hubungan sosial yang terjadi di panti jompo, kebutuhan hidup yang diperoleh selama di panti jompo, dan aktifitas yang dilakukan di panti jompo. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kebahagiaan merupakan hasil penerimaan lanjut usia terhadap kehidupannya di panti jompo.

Kata kunci: Kebahagiaan, Lansia, Panti jompo, Syukur, Ikhlas

DAFTAR ISI

	Hal.
PENGESAHAN PEMBIMBING	i
PENGESAHAN PENGUJI	ii
PERSEMBAHAN	iii
MOTTO	iv
ABSTRAKSI	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Balakang Permasalahn.....	1
B. Rumusan Permasalahan	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 7
A. Kebahagiaan.....	7
1. Pengertian Kebahagiaan.....	7
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan	9
3. Manfaat Kebahagiaan	10
B. Lansia (Lanjut Usia)	12
1. Pengertian Lansia.....	12
2. Teori Tentang Lansia	13
3. Ciri-ciri Lansia	16
4. Tugas Perkembangan Lansia	17
C. Lansia dan Panti Jompo	18
D. Lansia dan Kebahagiaan	20
E. Dinamika Psikologis	22
F. Pertanyaan Penelitian.....	25

BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Alasan Penelitian Kualitatif Fenomenologi	26
B. Metode Fenomenologi	27
C. Subjek Penelitian	28
D. Teknik Pengumpulan Data.....	29
E. Teknik Analisa Data	30
F. Prosedur Penelitian	31
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 34
A. Hasil Analisa Data Penelitian	34
1. Profil Subjek	34
2. Dinamika Lansia di Panti Jompo	45
3. Makna Kebahagiaan Lansia di Panti Jompo.....	50
B. Pembahasan.....	54
 BAB V PENUTUP	 58
A. Kesimpulan	58
B. Saran dan Harapan	59
 DAFTAR PUSTAKA	 61
 LAMPIRAN-LAMPIRAN	 63

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Lanjut usia dan permasalahannya yang berkaitan dengan penurunan fungsi fisik dan psikologis, penting untuk menyesuaikan antara pola hidup dengan kebutuhan fisik dan psikis lanjut usia, sehingga tumbuh pola tempat tinggal baru, yang direncanakan secara khusus bagi mereka yang lanjut usia. Beberapa tempat tinggal ini dibiayai oleh pemerintah daerah yang disajikan bagi mereka yang berpendapatan rendah dan karena itu, tempat tinggal seperti ini terbuka bagi setiap orang yang pendapatannya turun di bawah batas terendah yang ditentukan oleh pemerintah, tanpa membedakan agama, suku, bangsa, dan faktor lainnya (Hurlock, 1980)

Di negara maju seperti Amerika, pola tempat tinggal bagi lanjut usia terdapat banyak variasinya, mulai dari tempat tinggal yang dibiayai oleh pemerintah maupun yang swasta dan juga adanya apartemen khusus serta adanya asrama bagi lanjut usia (Hurlock, 1980). Papalia (2008) menyatakan bahwa penggunaan institusi nonkeluarga untuk merawat lanjut usia yang sudah tua amat bervariasi dan jarang di daerah berkembang. Akan tetapi hal tersebut menjadi semakin umum di Asia Tenggara, di mana penurunan kesuburan berakibat penuaan populasi yang berlangsung cepat dan semakin sedikitnya perawatan yang berasal dari keluarga. Sedangkan institusi atau pola tempat tinggal lanjut usia yang sering dijumpai di Indonesia adalah panti jompo.

Para lanjut usia memerlukan perhatian khusus dari orang lain. Keluarga merupakan orang yang terdekat dengan lanjut usia, baik pasangannya maupun anak-anaknya. Namun, ada beberapa kasus ditemukan bahwa keluarga dari lanjut usia terkadang tidak dapat memberikan perhatian secara khusus kepada lanjut usia karena berbagai alasan. Salah satu alasan yang sering dijumpai bahwa anak-anak tidak dapat memberikan perhatian kepada orangtuanya (lanjut usia) karena mereka memiliki kesibukan dan tidak mempunyai waktu untuk merawat orangtuanya yang sudah lanjut usia tersebut. Sehingga anak-anak memasukkan orangtuanya ke panti jompo, dengan alasan agar orangtuanya tersebut mendapatkan perhatian dan perawatan yang baik.

Keputusan untuk menempatkan orangtua atau sanak keluarga yang lansia di panti jompo sering kali didahului oleh upaya untuk mengatasi meningkatnya kebutuhan-kebutuhan fisik akan perawatan selama bertahun-tahun. Keputusan untuk menempatkan lanjut usia dalam panti jompo sering kali menimbulkan stres, karena lanjut usia memikirkan apakah mereka mampu menyesuaikan diri tinggal di panti jompo, memikirkan tentang kebebasannya yang akan hilang, bagaimanakah kualitas pelayanan dan fasilitas di panti jompo (Santrock, 2002)

Pada fenomena di salah satu panti jompo di Pekanbaru dijumpai bahwa banyak lanjut usia yang mengeluh ketika pertama kali berada di panti jompo. Para lanjut usia merasa canggung dengan lingkungan yang baru dan teman-teman yang baru. Disamping itu, keadaan dan kondisi di panti jompo yang kurang *hygiene* sering kali membuat lanjut usia mengeluh. Dengan demikian, lanjut usia harus

dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungannya agar lanjut usia dapat bertahan hidup selama berada di panti jompo.

Segala kebutuhan hidup lanjut usia di panti jompo dapat dipenuhi oleh panti jompo tersebut. Kebutuhan fisik atau biologis seperti pangan, sandang, papan, dan sebagainya diperoleh lanjut usia selama berada di panti jompo. Walaupun segala kebutuhan tersebut telah ditentukan jenisnya, bentuknya dan jumlahnya oleh panti jompo tersebut. Sehingga para lanjut usia mendapatkan kebutuhan hidup yang sama antara lanjut usia di panti jompo. Dengan demikian terkadang ada keluhan karena ada yang merasa bahwa kebutuhan tersebut kurang cukup, karena cukup untuk individu satu belum tentu cukup bagi individu lainnya.

Menurut Hurlock (1980), terdapat berbagai kriteria yang dapat dipakai untuk menilai jenis penyesuaian yang dilakukan oleh para lanjut usia, empat diantaranya dianggap paling berguna. Salah satu kriteria tersebut kepuasan atau kebahagiaan dalam hidup. Jika lanjut usia mengalami kebahagiaan berarti mereka berhasil menyesuaikan diri terhadap perubahan dan kemunduran yang terjadi.

Adanya asumsi ini membuat peneliti sangat tertarik untuk meneliti kebahagiaan yang dirasakan oleh lanjut usia, terutama lanjut usia yang tinggal di panti jompo karena menurut peneliti lanjut usia yang tinggal di panti jompo mengalami perubahan pola hidup secara kuat, disamping perubahan dan kemunduran yang lainnya.

Dari penjelasan di atas, nampaknya kebahagiaan lanjut usia banyak dipengaruhi oleh bagaimana lanjut usia menyesuaikan diri terhadap lingkungan dan pola hidup yang baru. Pola hidup yang menjadikan seseorang merasa bahagia

di hari tuanya adalah pola yang serupa dengan yang pernah diterapkannya pada masa hidup sebelumnya. Dan, seorang lanjut usia akan merasa bahagia manakala mereka merasa telah berhasil mencapai integritas atau kepuasan. Kepuasan adalah kesejahteraan psikologis secara umum atau kepuasan terhadap kehidupan secara keseluruhan (Santrock, 2002).

Hurlock (1980) menyatakan bahwa bebas untuk mencapai pola hidup dan gaya hidup yang diinginkan tanpa ada interferensi dari luar merupakan kondisi penting yang menunjang kebahagiaan pada lanjut usia. Sedangkan pada lanjut usia yang tinggal di panti jompo tidak bebas untuk mencapai gaya hidup yang diinginkannya, karena lanjut usia tersebut harus mengikuti gaya hidup yang telah ditetapkan oleh panti jompo tersebut.

Studi terhadap warga usia lanjut di Amerika yang dilakukan Lepper 1996 (dalam Niven, 2002) membuktikan bahwa salah satu cara terbaik mengukur kebahagiaan adalah dengan melihat bagaimana orang memandang hidupnya. Jelas tidaknya tujuan hidup seseorang akan sangat berpengaruh. Para lanjut usia mengalami berbagai perubahan di dalam hidupnya seperti pendapatan, kesehatan, gaya hidup, serta jaringan pertemanan dan keluarga, sehingga itu juga akan mempengaruhi bagaimana cara lanjut usia tersebut memaknai kebahagiaan. Seperti yang di ungkapkan oleh Kakek “M”

“Atuk sedih karena di panti ini tidak selalu bisa lepas atau bebas, Atuk juga tidak memiliki uang, padahal Atuk senang pergi ke pasar, tapi ke pasar itu memerlukan uang. Namun Atuk senang karena di panti ini atuk tidak perlu merepotkan anak-anak dan di panti ini juga terasa nyaman. Mau tak mau Atuk merasa senang dan bahagia, karena tinggal di sini merupakan takdir dari Tuhan, jadi kita tidak perlu untuk mennayakannya lagi. Kebahagiaan itu apabila kita merasa cukup dan yakin yang terjadi merupakan Takdir dari Tuhan dan itulah yang terbaik. Atuk sudah merasa

cukup karena jika kita merasa kekurangan berarti kita belum bahagia”.(wawancara awal pada bulan Maret 2010)

Pada fenomenanya lanjut usia yang berada di panti jompo dapat merasakan kebahagiaan. Namun, apakah lanjut usia yang tinggal di panti jompo itu benar-benar mengalami kebahagiaan, karena bagi orang lain tinggal di panti jompo tersebut sangatlah tidak menyenangkan. Mereka berpisah bahkan tidak dipedulikan oleh keluarganya dan mereka juga mengalami kesepian apabila mereka tinggal di panti jompo. Begitu juga dengan adanya ketidaksesuaian antara teori dengan fenomena yang terjadi di lapangan mengenai kebahagiaan pada lanjut usia.

Berangkat dari uraian di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul **“Lanjut Usia dan Kebahagiaan (Sebuah Kajian Fenomenologi pada Penghuni Panti Jompo di Pekanbaru)”**.

B. Rumusan Permasalahan

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan dalam latar belakang di atas, yaitu untuk mengetahui makna kebahagiaan bagi lanjut usia yang tinggal di panti jompo, maka permasalahan penelitian ini dapat dirumuskan yaitu: “Apa makna kebahagiaan pada lanjut usia yang tinggal di panti jompo?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui makna kebahagiaan bagi lanjut usia yang tinggal di panti jompo. Dengan mengetahui makna kebahagiaan lanjut usia yang tinggal di panti jompo akan diperoleh suatu deskripsi mengenai

kebahagiaan dari sudut pandang lanjut usia yang tinggal di panti jompo sebagai refleksi dari bagaimana lanjut usia memandang kebahagiaannya.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi ilmuwan psikologi sebagai bahan masukan empiris untuk referensi baru dalam mengkaji atau menambah informasi mengenai kebahagiaan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti yang akan datang. Penelitian ini berguna sebagai sumber informasi mengenai makna kebahagiaan pada lanjut usia di panti jompo.
- b. Pada pihak terkait dan peduli terhadap lanjut usia di panti jompo. Penelitian ini memberikan pandangan dan usulan agar dapat memberikan perhatian agar lanjut usia di panti jompo benar-benar merasakan kebahagiaan, karena ada asumsi bahwa lanjut usia sangat erat hubungannya dengan kesepian terutama bagi lanjut usia yang tinggal di panti jompo dan tidak memiliki sanak saudara.
- c. Bagi masyarakat umum dengan penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang bagaimana kehidupan lanjut usia yang tinggal di panti jompo dan kebahagiaan yang dirasakannya.

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Kebahagiaan

1. Pengertian Kebahagiaan

Kebahagiaan adalah sesuatu yang dirasakan oleh manusia di dalam jiwanya berupa ketentraman jiwa, ketenangan hati, kelapangan dada dan kedamaian nurani. Kebahagiaan adalah sesuatu yang tumbuh dari dalam diri manusia. Tidak datang dari luar. Jika diibaratkan sebagai tumbuhan, maka akar kebahagiaan itu adalah jiwa dan hati yang jernih (Pasha, 2006)

Perasaan bahagia lebih pada bagaimana kita memperlakukan hidup dari pada bagaimana hidup memperlakukan kita. Kunci kebahagiaan terletak pada cara kita menanggapi segala sesuatu, bukan pada apa yang kita miliki atau alami (Khavari, 2000)

Myers menggambarkan kebahagiaan yang dirasakan individu sebagai suatu perasaan bahwa kehidupannya berkecukupan, bermakna dan menyenangkan (dalam Lybomirsky, Tkack & Dimatteo, 2006). Sementara Diener menggunakan istilah kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) untuk menggambarkan kebahagiaan. Kesejahteraan subjektif merupakan kombinasi dari kepuasan hidup dan keseimbangan frekuensi afek positif dan negatif (dalam Lybomirsky, Tkack & Dimatteo, 2006). Myers dan Diener berpendapat bahwa kebahagiaan meliputi banyaknya perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran positif di dalam diri individu mengenai kehidupan. Orang dengan SWB yang tinggi memiliki perasaan umum

bahwa pekerjaan, perkawinan dan area lain di dalam kehidupannya terasa memuaskan. Mereka lebih mengalami dan melaporkan kesenangan dari pada kecemasan, kemarahan, atau emosi depresif. Orang yang bahagia lebih mencintai , memaafkan, mempercayai, bersemangat, tegas kreatif, penolong, dan ramah dari pada orang yang tidak bahagia (dalam Elfida, 2008)

Untuk memahami kebahagiaan, perlu pula memahami kekuatan dan kebajikan personal. Kebahagiaan yang berasal dari keterlibatan kekuatan dan kebajikan akan menghasilkan kehidupan yang otentik. Kebahagiaan yang dihasilkan dari pemanfaatan kekuatan khas diri sendiri lekat dengan kesejatan (Seligman, 2002)

Menurut Seligman (2002) kebahagiaan ditandai dengan lebih banyaknya afeksi positif yang dirasakan seseorang dari pada afeksi negatif. Afeksi tersebut tercermin dalam skor skala SAPAN yang dirancang oleh Watson. Berbagai emosi positif juga menggambarkan kepuasan seseorang akan hidupnya. Emosi positif yang berkaitan dengan masa lalu berupa kelegaan, kebanggaan dan kedamaian. Emosi positif yang berhubungan dengan masa sekarang adalah kegembiraan, ketenangan, semangat yang tinggi dan kesenangan.

Dengan demikian, kebahagiaan adalah kondisi perasaan yang amat subjektif yang muncul dari dalam diri seseorang sebagai respon afeksi terhadap berbagai pengalaman kehidupannya. Individu yang bahagia ditandai oleh lebih kuatnya perasaan positifnya dari pada perasaan negatifnya. Sebaliknya, individu yang tidak bahagia ditandai dengan lebih kuatnya perasaan negatif negatif dari pada perasaan positif positifnya.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan

Pada tahun 1967, Wilson (dalam Seligman, 2002) menyatakan bahwa orang yang berbahagia adalah orang yang berpenghasilan besar, menikah, muda, sehat, berpendidikan dan religius. Sementara jenis kelamin dan tingkat kecerdasan dianggap tidak berpengaruh terhadap kebahagiaan seseorang.

Seligman (2002) mengatakan bahwa agama mengisi manusia dengan harapan akan masa depan dan menciptakan makna dalam hidup. Orang-orang yang religius lebih bahagia dan lebih puas terhadap kehidupannya dari pada orang yang tidak religius. Namun hubungan antara religiusitas dan kebahagiaan bervariasi sesuai dengan ukuran kebahagiaan yang digunakan.

Dalam hasil penelitian Summers (2006) yang dibantu oleh unit Inovasi dan Usaha dari universitas Lancaster mengungkapkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan adalah kesehatan, penilaian diri (membandingkan diri sendiri dengan orang lain), dan kontak manusia (teman, keluarga atau hubungan yang lebih dekat)

Dengan demikian, faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan adalah sebagai berikut:

1. Agama
2. Kesehatan
3. Penghasilan
4. Pendidikan
5. Pernikahan
6. Penilaian terhadap diri sendiri

7. Kontak sosial

3. Manfaat Kebahagiaan

Secara umum, orang yang bahagia memiliki hubungan sosial, kepribadian yang terbuka, perasaan positif terhadap diri sendiri, memiliki rasa kepemimpinan, dan memiliki masa depan, serta lebih aktif dan energik, dan jarang mengalami kecemasan (Lybomirsky, Tkack & Dimatteo, 2006)

Seligman (2002) mengatakan bahwa orang yang bahagia memiliki kebiasaan yang lebih baik terutama berkenaan dengan kesehatan, tekanan darah yang rendah, dan system kekebalan yang lebih kuat dari pada mereka yang kurang bahagia.

Menurut Niven (2002) orang yang tidak bahagia cenderung menarik kesimpulan negatif ketika berada dalam situasi yang tidak mereka yakini jika mereka tidak pasti mengapa seseorang bersikap baik terhadap mereka, maka dengan mudah mereka menganggap orang tersebut memiliki niat tersembunyi. Sebaliknya, dalam situasi yang sama, orang-orang bahagia akan menganggap bahwa orang tersebut benar-benar baik.

Dari berbagai pendapat para ahli di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa manfaat kebahagiaan itu terdiri dari lima manfaat, yaitu:

1. Hubungan Sosial

Bagi orang-orang yang telah memiliki kebahagiaan dalam hidupnya, maka ia akan senantiasa selalu memiliki rasa sosial yang tinggi, yang ditunjang dengan rasa empati yang tinggi pula.

2. Kecerdasan

Orang-orang yang merasa bahagia bisa belajar lebih baik dalam banyak situasi, lebih cepat dan lebih akurat dengan jawaban yang lebih tepat untuk masalah yang kompleks.

3. Optimisme

Orang-orang yang telah menemukan kebahagiaan dalam hidupnya, akan selalu menyikapi segala permasalahan dalam hidupnya dengan rasa optimis. Rasa yakin yang tersimpan dalam dirinya membuat permasalahan yang dihadapi seakan hanya sebuah jalan yang nantinya akan lebih merasakan kebahagiaan yang lebih sempurna lagi. Masalah bukanlah suatu beban, namun suatu jalan yang bisa menjadikan hidup lebih bahagia lagi.

4. Kesehatan Fisik

Orang yang telah menemukan kebahagiaan dalam hidupnya memiliki kesehatan fisik yang lebih baik. Dengan memiliki tekanan darah yang rendah, dan system kekebalan tubuh yang lebih tahan.

5. Kreativitas

Kebahagiaan berkolerasi dengan kapasitas yang lebih besar untuk berpikir kreatif, karena orang yang memiliki rasa kreatif yang tinggi, maka selalu memiliki perasaan yang strategis untuk dapat menata kehidupan yang lebih baik dan bermanfaat.

B. Lanjut Usia

1. Pengertian Lanjut Usia

Harlock (1980) mengatakan lanjut usia merupakan periode penutup dalam rentang kehidupan seseorang, yang berarti suatu periode dimana seseorang telah beranjak jauh dari waktu yang lalu yang penuh dengan manfaat.

Pada lanjut usia terjadinya proses menua. Menurut Constantanides (dalam Bandiyah 2009), menua (menjadi tua) adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang diderita. Ini merupakan proses yang terus-menerus (berlanjut) secara alami. Ini dimulai sejak lahir dan umumnya dialami pada semua makhluk hidup.

Menurut Depkes RI, Lansia adalah suatu proses alami yang tidak dapat dihindarkan. Proses menjadi tua disebabkan oleh faktor biologik yang terdiri dari tiga fase yaitu fase progresif, fase stabil dan fase regresif. Dalam fase regresif mekanisme lebih ke arah kemunduran yang dimulai dalam sel, komponen terkecil dalam tubuh manusia. Begitu pula pada tahap perkembangan yang lain, maka pada lanjut usia terjadi perubahan fungsi fisik, emosi, kognitif, sosial, spiritual, dan ekonomi (Hardywinoto & Setiabudhi, 1999).

Harlock (1980) membagi lanjut usia menjadi dua tahap, yaitu usia lanjut dini yang berkisar antara usia 60 sampai 70 tahun dan usia lanjut yang dimulai pada usia 70 sampai akhir kehidupan seseorang.

Undang-undang no. 13/1998 tentang kesejahteraan usia lanjut. Usia lanjut adalah individu yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (Hardywinoto dan Setiabudhi, 1999). Sedangkan WHO menetapkan 65 tahun ke atas sebagai usia yang menunjukkan proses menua yang berlangsung secara nyata dan seseorang telah disebut lanjut usia. WHO membagi lanjut usia dalam 3 golongan, pertama usia 60-74 tahun sebagai usia lanjut awal, 75-90 tahun sebagai lanjut usia menengah dan 91 tahun ke atas usia lanjut akhir (Bandiyah, 2009).

Berdasarkan uraian-uraian di atas dapat disimpulkan bahwa lanjut usia merupakan periode dimana individu telah mencapai kemasakan dalam ukuran dan fungsi dan juga telah menunjukkan kemunduran sejalan dengan waktu. Lansia banyak menghadapi berbagai masalah kesehatan yang perlu penanganan segera dan terintegrasi. Seseorang dapat dikatakan lansia adalah yang telah berusia 60 tahun keatas.

2. Teori Tentang Lanjut Usia

A. Teori Biologi Mengenai Penuaan

1. Teori mikrobiologi

Teori yang melihat ke dalam sel-sel tubuh untuk menjelaskan penuaan. Semakin tua sel-sel maka semakin sulit untuk membuang sisa dari sel tersebut. Semakin menuanya sel-sel sehingga dapat menghentikan siklus vital biokimia dan menciptakan bentuk kerusakan lain pada saat mengganggu fungsi sel (Bruce dkk, dalam Santrock, 2002)

2. Teori makrobiologi

Teori yang mempelajari kehidupan pada tingkat analisa yang lebih universal dibandingkan sel. Penuaan juga dapat dipengaruhi oleh sistem kekebalan otak dan homeostatis (keseimbangan). Berkenaan dengan sistem kekebalan di masa dewasa awal '*thymus*' (kelenjar di atas dada yang merangsang sel darah putih yang dibutuhkan untuk melawan fungsi tubuh sendiri seperti radanga sendi dan penyakit ginjal ringan (Walford, dalam Santrock 2002)

B. Teori Sosial Mengenai Penuaan

1. Teori pemisahan (*disengagement theory*)

Teori ini menyatakan bahwa lanjut usia secara perlahan-lahan menarik diri dari masyarakat. (Cumming & Henry 1961, dalam Santrock 2002). Menurut teori ini, para lanjut usia mengembangkan suatu kesibukan terhadap dirinya sendiri (*self-preoccupation*), mengurangi hubungan emosional dengan orang lain, dan menunjukkan penurunan keterikatan terhadap berbagai persoalan kemasyarakatan. Penurunan interaksi sosial dan peningkatan kesibukan terhadap diri sendiri dianggap mampu meningkatkan kepuasan hidup di kalangan lanjut usia (Santrock, 2002)

2. Teori aktivitas (*activity theory*)

Menurut teori aktivitas, semakin lanjut usia aktif dan terlibat , semakin kecil kemungkinan mereka menjadi renta dan semakin besar kemungkinan mereka merasa puas dengan kehidupannya (Santrock, 2002). Penuaan yang sukses

tergantung dari bagaimana seseorang usia lanjut merasakan kepuasan dalam melakukan aktivitas dan mempertahankan aktivitas tersebut selama mungkin (Palmore & Lemon, dalam Papalia, 2008).

3. Teori interaksi sosial (*social exchange theory*)

Teori ini menjelaskan mengapa lanjut usia bertindak pada suatu situasi tertentu, yaitu atas dasar hal-hal yang dihargai masyarakat. Pada lanjut usia kekuasaan dan prestisenya berkurang yang menyebabkan interaksi sosial mereka berkurang juga, yang tersisa hanyalah harga diri dan kemampuan mereka mengikuti perintah (Hardywinoto & Setiabudhi, 1999).

4. Teori rekonstruksi gangguan sosial (*social breakdown-reconstruction theory*)

Teori ini menyatakan bahwa penuaan dikembangkan melalui fungsi psikologis negatif yang dibawa oleh pandangan-pandangan negatif tentang dunia sosial dari lanjut usia dan tidak memadainya penyediaan layanan untuk mereka. Rekonstruksi sosial dapat terjadi dengan merubah pandangan dunia sosial dari lanjut usia dan dengan menyediakan sistem-sistem yang mendukung mereka (Santrock, 2002)

5. Teori perkembangan (*development theory*)

Menurut Hardywinoto dan Setiabudhi (1999) tugas perkembangan lanjut usia menjelaskan bagaimana proses menjadi tua merupakan suatu tantangan dan

bagaimana jawaban para usia lanjut terhadap berbagai tantangan tersebut, yang dapat positif maupun negatif.

3. Ciri-ciri Lanjut Usia

Setiap rentang kehidupan manusia ditandai dengan beberapa ciri-ciri tertentu, demikian juga dengan lanjut usia. Adapun ciri-ciri pada lanjut usia (Hurlock, 1980) adalah:

a. Lanjut usia merupakan periode kemunduran

Kemunduran yang terjadi pada lanjut usia bisa bersifat fisik maupun psikis. Kemunduran fisik merupakan suatu perubahan sel-sel yang telah rusak, perubahan yang terjadi dimana sel-sel yang ada menjadi dewasa sehingga sel-sel tersebut tidak dapat memproduksi lagi bahkan akan menjadi tua dan mati. Sedangkan kemunduran psikis pada lanjut usia akan mempengaruhi penurunan fungsi mental.

b. Perbedaan individu pada efek menua

Menurut Cicero (dalam Harlock, 1980) secara umum, penuaan fisik lebih cepat dibandingkan dengan penuaan mental, walaupun kadang dapat terjadi sebaliknya. Hal ini disebabkan karena proses menjadi tua merupakan kerjasama antara beberapa sistem yang hasilnya tidak sama antara individu yang satu dengan individu yang lain. Oleh karena itu sering terlihat seseorang secara usia kalender lebih tua tapi tampak lebih muda, begitu juga sebaliknya.

- c. Adanya beberapa stereotype bagi lanjut usia.

Masa tua sering dianggap sebagai masa pikun yang disebabkan kerusakan bagian tertentu dalam otak. Kenyataan tidak semua lanjut usia dalam proses ketuannya itu mengalami kerusakan di bagian otak. Selain itu orang juga menganggap lanjut usia tidak produktif lagi. Namun pada kenyataannya banyak lanjut usia yang produktif dengan memperoleh kematangan dan produktifitas yang baik.

- d. Keinginan untuk muda kembali sangat kuat.

Satatus kelompok yang diberikan kepada lanjut usia secara alami telah membangkitkan keinginan untuk muda, bahkan ingin dipermuda bila tanda-tanda ketuaan mulai nampak.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa setelah seseorang menjadi lanjut usia akan mengalami kemunduran fisik dan psikis. Efek menua yang terjadi pada lanjut usia berbeda-beda, ada anggapan bahwa lanjut usia sudah pikun dan tidak produktif lagi. Dilain pihak karena status kelompok, keinginan lanjut usia untuk muda kembali sangat kuat.

4. Tugas Perkembangan Lanjut usia

Sebagian besar tugas perkembangan lanjut usia lebih banyak berhubungan dengan diri sendiri dari pada orang lain. Adapun tugas-tugas perkembangan lanjut usia menurut Hurlock (1980) adalah:

- a. Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan.
- b. Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya income.

- c. Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup
- d. Membentuk hubungan dengan orang-orang seusia
- e. Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan
- f. Menyesuaikan diri dengan peran sosial.

Usia lanjut diharapkan untuk menyesuaikan diri dengan menurunkan kesehatan secara bertahap. Hal ini sering diartikan sebagai perbaikan dan perubahan peran yang pernah dilakukan. Usia lanjut juga diharapkan mencari tugas-tugas baru untuk menggantikan tugas-tugas yang dilakukan sewaktu masih muda. Selain itu juga menyusun pola hidup yang sesuai dengan keadaan dirinya (Hurlock, 1980)

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa lanjut usia memiliki beberapa tugas perkembangan yang harus dijalannya dan melakukan penyesuaian tugas terhadap perubahan yang ada.

C. Lanjut Usia dan Panti Jompo

Apabila kesehatan, status ekonomi dan kondisi lainnya tidak memungkinkan bagi lanjut usia untuk melanjutkan hidup di rumah masing-masing, dan jika lanjut usia tidak mempunyai sanak saudara yang dapat atau sanggup merawat mereka, maka para lanjut usia sebaiknya tinggal di lembaga tempat tinggal yang dirancang khusus untuk lanjut usia, yang sering disebut dengan panti jompo.

Berhasil atau tidaknya lanjut usia dalam menyesuaikan diri terhadap kehidupan di panti jompo tersebut, tergantung pada beberapa kondisi. Empat

diantaranya dianggap umum dan penting, yaitu: kesukarelaan para lanjut usia untuk masuk ke panti jompo, hidup bersama orang lain dapat membuat lanjut usia menikmati kontak sosial, jarak panti dengan tempat tinggal yang sebelumnya, dan buatlah lanjut usia merasa menjadi bagian dari keluarga (Hurlock, 1980).

Hanya sekitar 5% dari lanjut usia yang berusia 65 tahun atau lebih yang menghabiskan waktu untuk tinggal di panti jompo. Namun dengan semakin menuanya lanjut usia, kemungkinan mereka ada di dalam panti jompo atau fasilitas-fasilitas perawatan lainnya semakin meningkat (Baines, dalam Santrock, 2002). 23% lanjut usia yang berusia 85 tahun atau lebih tinggal di panti-panti jompo atau fasilitas-fasilitas perawatan lainnya.

Peningkatan jumlah lanjut usia terjadi baik di negara maju maupun berkembang. Indonesia cukup signifikan dalam percepatan pertumbuhan lanjut usia di dunia. Pada tahun 1971 jumlah lanjut usia sebanyak 5,3 juta (4,48% dari jumlah penduduk). Tahun 1990 meningkat 2 kali lipat menjadi 12,7 juta (6,56% dari jumlah total penduduk). Peningkatan jumlah lanjut usia jauh lebih besar dibandingkan dengan peningkatan jumlah balita. *Post-war baby boom* di Indonesia yang terjadi pada decade 1960–1970-an diperkirakan akan mengakibatkan *aged-population boom* pada dua dekade permulaan di abad 21. Generasi yang lahir tahun 1960–1970-an, pada tahun 1990-an sedang memasuki kehidupan keluarga dan pada tahun 2010–2020-an akan meningkat menjadi 28,8 juta jiwa, sedangkan jumlah balita diperkirakan menurun (Abikusno, dalam Lubis). Proses penuaan penduduk mempunyai dampak luas dan persoalan yang muncul karena kebutuhan atas pelayanan, kesempatan, dan fasilitas bagi lanjut

usia akan bertambah. Pemerintah dan masyarakat telah berupaya melaksanakan kebijakan dan program untuk kesejahteraan lanjut usia dengan mendirikan panti-panti jompo.

Semakin tua seseorang, semakin besar hambatan mereka untuk tinggal sendirian (Santrock, 2002). Dengan ditempatkannya lanjut usia di panti jompo, maka di sana mereka dapat mengekspresikan keinginan mereka. Mungkin di rumah mereka tidak adanya sarana atau fasilitas yang memadai untuk Lansia mengekspresikan keinginan mereka, sehingga terkadang lanjut usia tidak ingin tinggal berlama-lama di rumah anaknya. Namun bila mereka ditempatkan di panti jompo yang menyediakan berbagai fasilitas yang biasa dibutuhkan, maka dengan sendirinya si anak telah memberikan yang terbaik untuk orang tuanya.

D. Lanjut Usia dan Kebahagiaan

Studi tentang kebahagiaan dan ketidakbahagiaan pada Lanjut usia melahirkan pendapat bahwa keduanya itu biasanya merupakan bawaan sikap yang dibentuk sejak awal-awal sebelumnya, sebagai akibat dari keberhasilan atau kegagalan dalam menyesuaikan diri di masa lampau (Hurlock, 1980)

Menurut Erikson (dalam Hurlock, 1980), lanjut usia ditandai oleh adanya integritas ego atau kepuasan. Jika prestasi seorang lanjut usia telah sampai pada standar yang telah ditetapkan sendiri sewaktu muda, maka mereka akan mengalami integritas ego dan kebahagiaan, serta merasa puas terhadap diri sendiri dan prestasi yang dicapai. Sebaliknya, lanjut usia yang merasa bahwa mereka telah gagal dengan harapan-harapan yang ditanam semasa mudanya, dan putus asa

karena menyadari bahwa kesempatan untuk mencapai tujuan semakin kecil dari tahun ke tahun, mereka akan kecewa dan tidak bahagia.

Pada masa lanjut usia, mereka menyadari bahwa kehidupannya berjalan ke depan tetapi dipahami dengan memandangnya ke belakang (Santrock, 2002). Dalam tahapan siklus kehidupan tersebut, mereka melihat kembali apa yang telah dilakukan terhadap kehidupan mereka. Melalui jalan yang berbeda, para lanjut usia mengembangkan suatu harapan yang positif di setiap periode sebelumnya. Jika demikian, pandangan tentang masa lalu (*retrospective glances*) dan kenangan akan menampilkan suatu gambaran dari kehidupan yang dilewatkan dengan baik. Dan, seorang lanjut usia akan merasa puas atau bahagia manakala mereka merasa telah berhasil mencapai integritas. Kepuasan adalah kesejahteraan psikologis secara umum atau kepuasan terhadap kehidupan secara keseluruhan (Santrock, 2002). Pendapatan, kesehatan, suatu gaya hidup yang aktif, serta jaringan pertemanan dan keluarga dikaitkan dengan kepuasan hidup lanjut usia.

Kepuasan hidup ditunjukkan dengan tingkat kebahagiaan yang dialaminya, wanita cenderung lebih besar perasaan bahagianya dibanding pria pada waktu mereka telah mencapai usia lebih dari 65 tahun, setelah usia tersebut yang terjadi adalah sebaliknya pria lebih bahagia dibandingkan wanita (Hurlock, 1980). Ini mungkin sebagian disebabkan karena menurut pengalaman pria merasa bebas dari tanggung jawab pada waktu mereka pensiun, sedangkan tanggung jawab wanita masih terus berlanjut, bahkan meningkat pada saat suaminya lebih banyak tinggal di rumah dibandingkan ke luar rumah, dan sebagian juga karena secara sosial wanita Lansia kurang bisa diterima dibandingkan pria.

Menurut Hurlock (1980) kebahagiaan lanjut usia tergantung dipenuhi tidaknya tiga A kebahagiaan, yaitu acceptance (penerimaan), affection (pengasihian), dan achievement (penghasilan). Apabila seseorang tidak dapat memenuhi ketiga A tersebut, tidak mungkin bagi seorang Lansia untuk bisa hidup bahagia. Namun, kebahagiaan tidak mempunyai arti yang sama bagi lanjut usia. Bagaimanapun juga, apa yang dikerjakan seseorang lebih penting bagi kebahagiaannya di masa lanjut usia dari pada siapa mereka. Secara umum, lanjut usia yang bahagia lebih sadar dan siap terikat dengan kegiatan baru dibandingkan dengan lanjut usia yang tidak bahagia.

Lebih lanjut, perlu diketahui bahwa setiap orang mempunyai kebutuhan yang berbeda, sesuatu yang dapat menimbulkan rasa bahagia bagi seseorang lanjut usia belum tentu akan berlaku sama bagi orang lain. Di pihak lain karena pola hidup yang menjadikan seseorang merasa bahagia di hari tuanya adalah pola yang serupa dengan yang pernah diterapkannya pada masa hidup sebelumnya. Sesuatu yang penting bagi kebahagiaan di tahun-tahun akhir kehidupan adalah kesempatan untuk meneruskan gaya hidup pada masa sebelumnya membuahkan kebahagiaan (Hurlock, 1980).

E. Dinamika Psikologis

UU No. 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan usia lanjut. Usia lanjut adalah individu yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (http://id.wikisource.org/wiki/Undang_Undang_Republik_Indonesia_Nomor_13_Tahun_1998). Pada periode ini individu telah mencapai kematangan dalam ukuran

dan fungsi dan juga telah menunjukkan kemunduran sejalan dengan waktu. Lanjut usia mengalami kemunduran pada fisik, emosi, kognitif, sosial, spiritual, dan ekonomi.

Apabila kesehatan, status ekonomi atau kondisi lainnya tidak memungkinkan lanjut usia untuk melanjutkan hidup di rumah masing-masing dan jika mereka tidak mempunyai kerabat atau sanak saudara yang dapat atau sanggup merawat mereka, maka para lanjut usia sebaiknya tinggal di lembaga tempat tinggal yang dirancang khusus untuk lanjut usia yang sering disebut dengan panti jompo.

Panti jompo adalah tempat berkumpulnya orang-orang lanjut usia yang baik secara sukarela ataupun diserahkan oleh pihak keluarga untuk diurus segala keperluannya, dimana tempat ini ada yang dikelola oleh pemerintah maupun pihak swasta. Ini merupakan kewajiban Negara untuk menjaga dan memelihara setiap warga negaranya sebagaimana tercantum dalam UU No. 13 tahun 1998 (<http://jhon-solution.blogspot.com/2/008/06/lanjut-usia-dan-panti-jompo.html>)

Para lanjut usia memerlukan perhatian khusus dari orang lain. Keluarga merupakan orang yang terdekat dengan lanjut usia, baik pasangannya maupun anak-anaknya. Namun, ada beberapa kasus ditemukan bahwa keluarga dari lanjut usia terkadang tidak dapat memberikan perhatian secara khusus kepada lanjut usia karena berbagai alasan. Salah satu alasan yang sering dijumpai bahwa anak-anak tidak dapat memberikan perhatian kepada orangtuanya (lanjut usia) karena mereka memiliki kesibukan dan tidak mempunyai waktu untuk merawat orangtuanya yang sudah lanjut usia tersebut. Sehingga anak-anak memasukkan orangtuanya ke

panti jompo, dengan alasan agar orangtuanya tersebut mendapatkan perhatian dan perawatan yang baik.

Lanjut usia merasa tidak senang pada awal keberadaannya di panti jompo. Lanjut usia yang ditempatkan di panti jompo secara sosial telah mengalami perubahan, seperti berpisah dari keluarga dan kerabat terdekat dan bertemu dengan orang-orang baru di panti jompo, sehingga lanjut usia harus melakukan penyesuaian. Ditambah lagi dengan adanya perubahan dan kemunduran pada fisik, emosi, kognitif, sosial, spiritual, dan ekonomi yang terjadi pada lanjut usia akan membawanya untuk melakukan penyesuaian terhadap perubahan dan kemunduran tersebut.

Menurut Hurlock (1980), terdapat berbagai kriteria yang dapat dipakai untuk menilai jenis penyesuaian yang dilakukan oleh para lanjut usia, empat diantaranya dianggap paling berguna. Keempat kriteria tersebut adalah kualitas pola perilaku, perubahan-perubahan dalam tingkah emosional, dan kepuasan atau kebahagiaan dalam hidup. Jika lanjut usia mengalami kebahagiaan berarti mereka berhasil menyesuaikan diri terhadap perubahan dan kemunduran yang terjadi.

Pada fenomenanya lanjut usia di panti jompo mengalami kebahagiaan. Kebahagiaan tersebut dirasakan berbeda antara lanjut usia satu dengan lanjut usia lainnya. Ada yang mengatakan bahwa kebahagiaan itu terjadi apabila seseorang merasa cukup dan yakin yang terjadi merupakan takdir dari Tuhan, sehingga apapun yang terjadi selama berada di panti jompo lanjut usia dapat merasakan kebahagiaan. Ada juga yang mengatakan bahwa kebahagiaan terjadi apabila lanjut

usia tersebut tidak merepotkan anaknya, sehingga keberadaannya di panti jompo tersebut akan lebih membuatnya merasakan kebahagiaan.

F. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan dinamika psikologis di atas, maka dapat dirumuskan tema pertanyaan penelitian yang berguna untuk memudahkan dalam melakukan penelitian kualitatif ini, yaitu:

“Apa makna kebahagiaan pada Lansia yang tinggal di panti jompo”, dengan sub pertanyaan:

1. Faktor apa yang mempengaruhi kebahagiaan pada Lansia?
2. Bagaimana Lansia memperoleh dan mempertahankan kebahagiaannya?

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Alasan Penelitian Kualitatif Fenomenologi

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif fenomenologi dengan beberapa pertimbangan, pertama, dengan fenomenologi memungkinkan untuk mengetahui esensi kebahagiaan bagi lanjut usia yang tinggal di panti jompo tanpa tercampuri oleh prasangka-prasangka atau opini-opini yang ada sebelumnya sehingga lebih fokus pada diri lanjut usia, meliputi apa yang dipikirkan, dirasakan dan diperbuat lanjut usia yang tinggal di panti jompo. Kedua, dengan metode kualitatif penelitian dapat dilakukan dalam *natural setting* (Creswell, 1998), dimana individu tidak terpisahkan dari konteks lingkungannya, sehingga tidak memungkinkan untuk membatasi atau menentukan variabel-variabel apa yang dapat mempengaruhi kebahagiaan bagi lanjut usia yang tinggal di panti jompo karena berbagai variabel tersebut telah menyatu dalam diri lanjut usia yang tinggal di panti jompo. Makna kebahagiaan bagi lanjut usia yang tinggal di panti jompo merupakan hasil eksplorasi dari interaksi berbagai variabel yang ada dalam diri lanjut usia dengan lingkungannya.

Dengan kata lain, menurut Creswell (1998), penelitian kualitatif digunakan untuk mengeksplorasi dan memahami suatu *central phenomenon*, seperti suatu proses atau kejadian, suatu fenomena, atau suatu konsep yang terlalu kompleks untuk diuraikan variabel-variabel yang menyertainya. Hal ini tentunya berbeda dengan penelitian kuantitatif yang justru membatasi variabel penelitian

sehingga penelitiannya terbatas pada usaha mencari hubungan antar variabel dan mencari penyebab (variabel) atau penjelasan munculnya suatu gejala.

B. Metode Fenomenologi

Husserl (dalam Kuswarno, 2009) dan diperkuat oleh Moustakas (dalam Putri, 2005), mengatakan hal-hal yang perlu diperhatikan dalam penelitian fenomenologi adalah:

- 1) *Epoche*, yaitu memutuskan, menyampingkan atau menjauhi penilaian, bias, prasangka, penyimpangan tentang bentuk-bentuk opini terhadap objek. Dengan kata lain epoche adalah pemutusan hubungan dengan pengalaman dan pengetahuan yang kita miliki sebelumnya
- 2) *Reduction*, yaitu menggambarkan bahasa yang terpola (*extural language*) mengenai apa yang dilihat seseorang, tidak hanya objek external tetapi juga tindakan internal dan kesadaran, pengalaman, dan hubungan antara fenomena dengan peneliti. Fokusnya terletak pada kualitas dari pengalaman. Dengan demikian proses ini terjadi lebih dari satu kali. Dengan reduksi fenomenologi peneliti kembali kepada ‘diri’ nya yang sebenarnya, memahami dari titik mana peneliti membuat makna secara sadar, akhirnya akan membawanya kepada kualitas dari fenomena, memunculkan sifat alamiah dan makna yang apa adanya, menjadikannya pengetahuan.

Langkah-langkah dalam reduksi meliputi:

- a) *Bracketing*, yaitu dengan menemukan dan mengeompokkan makna dan pernyataan yang dirasakan oleh partisipan. Hal-hal yang lain

dikesampingkan sehingga seluruh penelitian berasal dari topik dan pertanyaan. Tujuannya adalah untuk memunculkan kemurnian

- b) *Horizontalizing*, yaitu setiap pernyataan pada awalnya diperlakukan memiliki nilai yang sama. Selanjutnya pernyataan yang tidak relevan dengan topik dan pertanyaan maupun pernyataan yang bersifat repetatif atau tumpang tindih dihilangkan sehingga yang tersisa hanya *horizons* (arti tekstural dan unsur pembentuk/penyusun dari *phenomenon* yang tidak mengalami penyimpangan)
- 3) *Imaginative Variation*, yaitu mencari makna-makna yang memungkinkan melalui penggunaan imajinasi, pembedaan berbagai referensi, pengelompokan dan pembalikan, pendekatan *phenomenon* dari perspektif yang divergen, posisi, peran-peran atau fungsi yang berbeda.
- 4) Sintesis makna dan esensi (*Syntesis of Meaning and Essences*), yaitu mengembangkan uraian secara keseluruhan dari fenomena yang ada sehingga menemukan esensi dari fenomena tersebut. Kemudian mengembangkan *textural description* (mengenai fenomena yang terjadi pada responden) dan *structural description* (yang menjelaskan bagaimana fenomena itu terjadi).

C. Subjek Penelitian

Menurut Sarantakos (dalam Poerwandari, 1998), prosedur pengambilan sampel pada penelitian kualitatif memiliki beberapa karakteristik yaitu:

1. Diarahkan tidak pada jumlah sampel yang besar, melainkan pada kasus-kasus tipikal sesuai kekhususan masalah penelitian
2. Tidak ditentukan secara kaku sejak awal, tetapi dapat berubah baik dalam hal jumlah maupun karakteristik sampelnya, sesuai dengan pemahaman konseptual yang berkembang dalam penelitian.
3. Tidak diarahkan pada keterwakilan melainkan pada kecocokan konteks

Berdasarkan acuan di atas maka penetapan responden pada penelitian ini tidak ditetapkan jumlahnya. Namun, apabila telah sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan, maka akan menjadi responden pada penelitian ini. Pemilihan responden utama dikategorikan sebagai individu yang berhasil mencapai kebahagiaan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Teknik ini adalah pengambilan sampel yang dilakukan dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2009). Adapun kriteria partisipan dalam penelitian Lanjut Usia dan Kebahagiaan ini, yaitu: laki-laki atau perempuan, usia 60 tahun ke atas, tinggal di panti jompo, dan dapat diajak berkomunikasi, yang berjumlah sembilan orang.

D. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan interview yang mendalam. Interview yang dilakukan mungkin bisa lebih dari satu kali pada satu orang partisipan. Proses pengumpulan data menurut Creswell (1998) mengikuti pola “*zig-zag*”, peneliti ke lapangan mencari informasi, kemudian menganalisis data yang

diperoleh, kembali ke lapangan lagi untuk mendapatkan lebih banyak informasi, menganalisis data, dan seterusnya.

E. Teknik Analisis Data

Sesuai dengan pernyataan Kuswarno (2009) bahwa model langkah-langkah analisis data fenomenologi itu bersifat cair dan dapat beradaptasi dengan situasi yang dialami langsung oleh peneliti. Oleh karenanya prosedur penelitian fenomenologi (dan paradigma interpretatif lainnya) memerlukan kreatifitas penelitiannya. Sehingga peneliti pun disebut peneliti yang bergairah (*passionate researcher*).

Menurut Creswell (dalam Kuswarno, 2009), mengaju langkah-langkah analisis data dalam penelitian fenomenologi yang telah dimodifikasi dari analisis Moustakas, yaitu:

- a. Memulai dengan deskripsi tentang pengalaman peneliti terhadap *phenomenon*.
- b. Peneliti kemudian mencari pernyataan (dalam interview) mengenai bagaimana individu-individu mengalami topik (*phenomenon*) tersebut, membuat daftar dari pernyataan-pernyataan tersebut (*horizontalization*) dan perlakukan tiap pernyataan dengan seimbang (mempunyai nilai yang sama), dan mengembangkan daftar dari pernyataan yang tidak berulang (*nonrepetitive*) atau tidak tumpang tindih (*nonoverlapping*).
- c. Pernyataan kemudian dikelompokkan kedalam unit-unit makna (*meaning units*), buat daftar dari unit-unit ini, dan menuliskan deskripsi dari tekstur

(deskripsi tekstural) dari pengalaman, yaitu apa yang terjadi, disertai contoh-contoh verbatim.

- d. Peneliti kemudian merefleksikan berdasarkan deskripsinya sendiri dan menggunakan *imaginative variation* atau deskripsi struktural, mencari semua makna yang memungkinkan dan perspektif yang divergen, memperkaya kerangka pemahaman dari *phenomenon*, dan membuat deskripsi dari bagaimana *phenomenon* dialami.
- e. Peneliti kemudian membuat deskripsi keseluruhan dari makna dan esensi dari pengalaman.
- f. Dari deskripsi tekstural-struktural individu, berdasarkan pengalaman tiap partisipan, peneliti membuat *composite textural-structural description* dari makna-makna dan esensi pengalaman, mengintegrasikan semua deskripsi tekstural-struktural individual menjadi deskripsi yang universal dari pengalaman, yang mewakili kelompok (responden) secara keseluruhan.

F. Prosedur Penelitian

a) Tahap Persiapan

Langkah awal dari penelitian ini adalah mengumpulkan dan mempelajari sejumlah literatur baik dari buku, jurnal maupun artikel yang berkaitan dengan topik kebahagiaan pada lanjut usia dan panti jompo. Sebelum peneliti melakukan penelitian maka terlebih dahulu mempersiapkan instrumen yang akan digunakan untuk kelancaran dalam penelitian. Kemudian peneliti melakukan observasi awal mengenai panti jompo yang sesuai untuk peneliti

dapat menemukan responden. Selanjutnya peneliti memilih responden awal sebagai data penunjang awal kelengkapan penelitian.

b) Tahap Pelaksanaan

Peneliti mengunjungi panti jompo yang merupakan tempat tinggal dari lanjut usia tersebut. Proses dimulai dengan menjalin komunikasi yang baik guna mempermudah proses penelitian. Memilih responden yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan sebelumnya dan memberikan lembaran persetujuan kepada responden. Hal ini dilakukan untuk mengetahui apakah responden bersedia diwawancarai dan untuk menjelaskan maksud dari wawancara tersebut. Apabila nanti masih ada informasi yang kurang, maka responden diharapkan bersedia ditemui kembali. Setelah responden mengisi lembaran persetujuan, maka selanjutnya adalah memilih tempat yang sesuai untuk pelaksanaan wawancara agar nantinya suara responden dapat terdengar jelas dan responden lebih bebas dalam mengeluarkan pernyataan. Setelah wawancara selesai, peneliti mengucapkan terima kasih dan memberi responden *reward* atas kesediaannya membantu penelitian ini.

c) Tahap pengumpulan data

Setelah wawancara selesai, maka data-data yang telah didapatkan langsung ditulis ulang pada catatan wawancara. Kemudian data dari seluruh sampel digolongkan, dianalisa, dan dideskripsikan agar tergambar hasil penelitian yang telah dilakukan.

d) Tahap Penyelesaian

Pada tahap akhir penelitian, seluruh hasil penelitian sudah selesai di analisis. Selanjutnya hasil penelitian ini siap untuk dilaporkan dan dipertanggung jawabkan.

Tabel 1. Jadwal Penelitian

No	Jenis Kegiatan	Masa Pelaksanaan
1.	Pengajuan Sinopsis	5 Maret 2010
2.	ACC Sinopsis	11 Maret 2010
3.	Penyusunan Proposal	Maret – Juni 2010
4.	Seminar Proposal	5 Juli 2010
5.	Perbaikan seminar proposal	23 Juli 2010
6.	Pengumpulan data	Juli – September 2010
7.	Analisa data	September – November 2010
8.	Menulis laporan dan konsultasi laporan	November – Desember 2010
9.	ACC skripsi	13 Januari 2011

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Analisa Data Penelitian

1. Profil Subjek

a. Profil ST

ST seorang wanita berusia 67 tahun, telah berada di panti jompo selama dua tahun. Sudah banyak perjalanan dan lika-liku hidup yang Ia lalui sebelum berada di panti jompo. Dari kecil hingga dewasa Ia hanya hidup seorang diri. Selalu berpindah dari tempat satu ke tempat lain, dan bekerja dari keluarga satu ke keluarga lainnya. Ia pernah menikah, namun tidak dikaruniai anak.

ST juga pernah tinggal di Jakarta dan bekerja sebagai pembantu rumah tangga selama sembilan tahun. Kemudian Ia pindah ke Jambi dan bekerja sebagai pembantu rumah tangga. Dalam delapan tahun Ia bekerja di Jambi, Ia pernah tinggal disebuah keluarga yang sudah menganggapnya sebagai anak. Namun, karena Ia menderita penyakit TBC, Ibu angkatnya tidak menginginkannya lagi. Sehingga Ia diminta untuk ikut dengan orang lain. Sampai pada suatu saat Ia datang ke Pekanbaru dan bekerja di rumah kepala panti jompo. Karena kondisi tubuhnya yang semakin tua dan renta, ST tidak mampu lagi untuk bekerja. Sehingga kepala panti jompo tersebut berinisiatif memasukkannya ke panti jompo.

Awalnya ST merasa sedih ditempatkan di panti jompo, akan tetapi Ia mencoba menerima keadaan tersebut. Dan dengan berjalannya waktu, Ia akhirnya

dapat merasakan kebahagiaan berada di panti jompo. Walaupun terkadang banyak hal yang tidak sesuai dengan keinginannya, seperti makanan yang tidak sesuai dengan seleranya atau pakaian yang tidak sesuai dengan ukurannya. Namun, Ia menerimanya dengan ikhlas.

Kebahagiaan yang dirasakan ST selama berada di panti jompo, juga dikarenakan kegiatan-kegiatan yang selalu diikutinya. Mulai dari kegiatan fisik hingga kegiatan untuk psikhis yang dapat memberikan kenyamanan, ketenangan dan kesejukan hati. Ia juga selalu menjaga hubungan baik dengan penghuni lain. Dalam pergaulan ST termasuk orang yang menyenangkan. Ia selalu menolong penghuni lain, khususnya tiga orang penghuni yang juga merupakan teman serumahnya. Bisa jadi sifat penolongnya ini terbawa karena ketika muda Ia juga senang menolong. Dia selalu merasa bersyukur atas apa yang telah Ia rasakan dan peroleh selama berada di panti jompo

b. Profil SP

SP (87 tahun, wanita). Tahun 1991 setelah suaminya meninggal Ia tinggal bersama anak dan cucunya di Malaysia. Di sana Ia memperoleh kehidupan yang layak dan selalu melakukan kegiatan yang menyenangkan. Setelah sepuluh tahun tinggal di Malaysia, akhirnya SP memutuskan untuk pulang ke Pekanbaru dan tinggal di rumah saudara suaminya. Di sana Ia merasa tidak nyaman, karena harus mengeluarkan uang untuk keperluan sehari-hari dan dengan kata lain Ia menghidupi anggota keluarga yang cukup banyak di sana. Karena ketidaknyamanan itu, tetangganya menyarankan agar SP tinggal di panti jompo.

Setelah mempertimbangkan dengan matang, akhirnya SP memutuskan untuk tinggal di panti jompo tanpa sepengetahuan keluarganya. Seperti penghuni lainnya, pertama kali tinggal di panti jompo Ia merasa sedih. Namun karena banyak penguni lain yang baik kepadanya dan mau bergaul, lama-kelamaan membuat kesedihannya hilang. Ia merasa mendapatkan keluarga baru dan berbahagia di sana. Namun terkadang kesedihan itu muncul ketika mengingat anak yang jauh darinya. Tapi itu bisa terobati karena adiknya dan keponakan-keponakannya selalu datang berkunjung dan membawakannya makanan, minuman dan uang. Begitu juga dengan petugas yang memberikan perhatian kepadanya. Seperti memberikan nasehat dan semangat ketika ada penghuni lain yang menyakiti hatinya. Namun Ia merasa itulah hidup, ada suka dan duka.

Tidak terasa sudah sembilan tahun SP berada di panti jompo. Semakin hari semakin nyaman berada di sana. Ia juga dapat mengaktualisasikan dirinya dengan menolong penghuni lain, apalagi Ia memiliki keahlian memijat dan membuat jamu. Ia senang melakukan hal tersebut karena baginya membuat orang lain bahagia adalah kebahagiaan untuk dirinya. Ia juga salah seorang penghuni yang selalu mengikuti kegiatan-kegiatan yang diadakan oleh panti jompo. Sehingga membuatnya lebih berbahagia. Ditambah lagi dengan rasa syukur dan ikhlas yang Ia dapatkan selama berada di panti jompo membuat SP lebih berserah diri kepada ketentuan Allah dan Ikhlas menerima keadaan. Dan hal itu membuatnya lebih merasa bahagia.

c. Profil MN

MN (63 tahun, wanita) telah berada di panti jompo selama empat tahun. Sebelum berada di panti jompo Ia tinggal di rumah kerabatnya yang sudah dianggap sebagai ibunya. Semenjak suaminya meninggal dunia, Ia hidup seorang diri karena Ia tidak mempunyai anak. Namun, Ia memiliki anak angkat, tetapi anak angkatnya berada di Tembilahan. Oleh seorang teman, Ia disarankan untuk tinggal di panti jompo. dan akhirnya Ia menyetujui saran dari temannya tersebut. Walaupun ibu angkatnya tidak menyetujui keputusannya tersebut, Ia tetap tidak merubah keputusannya.

Di panti jompo banyak terdapat penghuni yang sakit termasuk dirinya. Dan hal tersebut membuatnya merasa tidak nyaman, apalagi Ia juga ditugaskan untuk menemani seorang penghuni yang sedang sakit yang juga teman serumahnya, yang terkadang hal itu membuatnya ingin kembali ke rumah orangtua angkatnya. Tetapi karena melihat temannya masih memerlukan bantuan dari dirinya, Ia tidak tega untuk pergi dari panti jompo dan tetap bertahan. Tak jarang pertengkaran dengan penghuni lain terjadi, namun karena bantuan dari petugas panti hal tersebut tidak berlarut-larut.

MN menikmati semua kegiatan yang ada di panti jompo, terutama kegiatan keterampilan dan bimbingan sosial. Ia merasa bersyukur karena di panti jompo ada kegiatan-kegiatan yang dapat diikuti sehingga Ia merasa bahagia karena dapat berkumpul dengan teman-teman sebayanya. Namun, karena penyakit yang dideritanya terkadang membuatnya tidak dapat melakukan kegiatan yang disenanginya, seperti kegiatan olahraga dan shalat berjamaah. MN selalu

mengingat masa-masa ketika Ia masih dalam keadaan sehat. Ketika Ia masih sehat, Ia dapat melakukan kegiatan apa saja yang disukainya seperti senam pagi, shalat berjamaah di mushallah panti jompo, mengikuti lomba lari, dan sebagainya. Namun, walaupun Ia tidak dapat mengikuti semua kegiatan tersebut, Ia tetap bersyukur atas semua yang telah Ia dapatkan selama di panti jompo

d. Profil NR

NR (83 tahun, wanita). Ia baru tujuh bulan berada di panti jompo. Keberadaannya di sana dikarenakan keluarganya mempunyai masalah mengenai rumah yang mereka tempati. Rumah tersebut merupakan kepunyaan orang lain. Pemilik rumah ingin menjual tanah beserta rumahnya sehingga NR dan keluarganya harus mencari rumah yang baru untuk mereka tempati. Pada suatu ketika Ia disarankan oleh ibu walikota agar tinggal di panti jompo. Akhirnya Ia menuruti saran tersebut dan merasa itu adalah keputusan yang terbaik.

Walaupun NR tinggal di panti jompo, namun Ia tidak kehilangan kasih sayang dari keluarganya. Anak dan cucu-cucunya sering berkunjung secara bergantian. Dan di dalam hatinya masih berharap suatu saat nanti Ia dapat berkumpul lagi bersama keluarganya. NR merasa nyaman dan tenang tinggal di panti jompo. bergaul dengan sesama dan dapat melakukan ibadah dengan tenang. Ia sering membaca AL-Quran, Ia membuat perasaannya menjadi lebih tenang. Ditambah lagi hubungannya dengan sesama penghuni sangat mesra. Ia tidak pernah berselisih ataupun berkelahi. Ia merasa bersyukur atas apa yang telah Ia dapatkan.

Seperti penghuni lainnya NR juga mengikuti kegiatan yang ada di panti jompodengan semangat. Walaupun hanya kegiatan-kegiatan ringan yang tidak memerlukan tenaga yang besar. Dan terkadang keadaan tersebut membuatnya sedih. NR mempunyai masalah dengan kakinya. Ia menggunakan tongkat dan tidak bisa berlama-lama berdiri. Namun harapan selalu ada di hati NR untuk bisa berjalan dengan kencang dan tidak lagi merasakan sakit lagi pada kakinya. Dan haran itulah membuatnya tetap bersemangat.

e. Profil AS

AS (97 tahun, pria). Sudah 17 tahun Ia tinggal di panti jompo, sejak berhenti dari pekerjaannya dan tidak mempunyai penghasilan lagi. Ia pernah ditinggalkan oleh istri dan anak-anaknya yang membuatnya hidup sebatang kara dan bekerja di Jawa Barat sebagai guru ngaji. Karena sesuatu hal, Ia pindah ke Riau, tepatnya di Rumbai. Di sana pun ia mengajar ngaji anak-anak. Karena prihatin dan iba melihat hidupnya yang sepi dan seorang diri, pada tahun 1990 seorang pegawai Depsos membawanya untuk tinggal di panti jompo. Karena tidak ada pilihan lain, akhirnya AS mengikuti saran tersebut.

Di panti jompo Ia mendapatkan semua yang Ia inginkan, melakukan hal-hal yang disenangi dan melakukan aktifitas yang menghasilkan sebuah karya, yaitu kaligrafi dan Ia sangat bangga atas karya yang dihasilkannya. Melakukan aktifitas kesenangannya dan memiliki hubungan sosial yang baik, semua hal tersebut dapat menimbulkan kenyamanan, ketenangan dan kedamaian. Ia

bersyukur telah mendapatkan semua hal tersebut, sehingga Ia dapat merasakan kebahagiaan.

Penolakan dari keluarga yang pernah Ia alami membuatnya merasa bahwa kehidupan di panti jompo adalah yang terbaik. Ia sangat bersyukur karena banyak orang yang memperhatikannya di panti jompo. Ia termasuk penghuni yang disegani oleh penghuni lainnya karena sudah lama berada di sana, bahkan Ia ditunjuk sebagai ketua jompo. Walaupun posisi itu sempat membuat beberapa penghuni lain cemburu dan tidak senang. Namun Ia tidak mempermasalahkan karena hanya menyerahkan segala yang terjadi kepada Allah.

Selama Ia berada di panti jompo tidak ada satu kerabat pun yang mengunjunginya, namun Ia tidak pernah bersedih. Ia hanya ikhlas dan menyerahkan semuanya kepada Allah. Ia hanya bersyukur karena dapat memperoleh kebahagiaan walaupun di panti jompo.

f. Profil KB

KB (70 tahun, pria). Telah berada di panti jompo selama satu tahun. Sebelumnya Ia tinggal bersama keponakannya. Hatinya tergerak untuk tinggal di panti jompo setelah mendapat informasi dari seseorang. Keberadaan KB di panti jompo merupakan keinginannya sendiri, bukan kehendak orang lain. Ini semua dikarenakan keinginannya untuk tidak menyusahkan anak-anaknya. Walaupun, mereka masih sanggup untuk menjaganya. Ia termasuk orng yang mandiri dan tidak mau bergantung pada orang lain.

Anak-anaknya masih sering berkunjung, sehingga Ia masih merasa disayangi oleh keluarganya. Ia merasa nyaman dan senang tinggal di panti jompo karena semua kebutuhannya terpenuhi, baik fisik maupun mental. Seperti kegiatan senam, pemeriksaan kesehatan dan bimbingan sosial yang menurutnya sangat bermanfaat. Walaupun Ia termasuk orang yang pandai bergaul. Namun, terkadang terjadi salah paham dengan penghuni lain. Namun, selalu dapat diselesaikan dengan baik. Selama tinggal di panti jompo Ia merasa lebih bersyukur dan bahagia.

g. Profil JM

JM (83 tahun, pria). Telah berada di panti jompo selama sembilan tahun. Sebelum tinggal di panti jompo, Ia bekerja di ladang milik majikannya. Karena istrinya meninggal dunia dan tidak memiliki anak, maka majikannya berinisiatif untuk memasukkannya ke panti jompo dan Ia menyetujui keputusan tersebut. Hingga sekarang hubungan dengan keluarga majikannya masih baik, walaupun majikan prianya sudah meninggal, akan tetapi istri dan anak-anak majikannya tetap memberikan perhatian dan menjalin tali silaturahmi.

Selama berada di panti jompo JM merasa bahagia. Ia mendapatkan kenyamanan, ketenangan, dan kedamaian. Kebutuhannya seperti makanan, pakaian, tempat tinggal, dan sebagainya juga terpenuhi. Sehingga Ia pernah berharap dapat berada di panti jompo untuk selama-lamanya. Ia sangat bersyukur dengan apa yang telah Ia dapatkan. Baik dari terpenuhinya segala kebutuhan maupun dari penerimaan dan pengasihan yang Ia rasakan.

Ia juga merasa bahagia ketika melakukan aktifitas di panti jompo, seperti bercocok tanam, membersihkan rumah dan halamannya. Karena dengan melakukan aktifitas tersebut merupakan hiburan untuknya dan menambah rasa syukur walaupun Ia berada di panti jompo. Ia masih berharap suatu saat nanti dapat mengunjungi makan istrinya.

h. Profil MT

MT (68 tahun, pria). telah berada di panti jompo selama lima tahun. Sebelum tinggal di panti jompo Ia tinggal seorang diri di rumah kontrakan. Ia sengaja meninggalkan istrinya yang tidak menghargainya karena tidak memiliki penghasilan lagi. Sebelum Ia berada di panti jompo Ia melakukan bermacam-macam pekerjaan untuk memenuhi kebutuhannya, seperti bekerja sebagai tukang, penjual togel, dan sebagainya.

Suatu hari Ia bertemu dengan petugas sosial yang kemudian mengajaknya untuk tinggal di panti jompo. Pertama kali berada di panti jompo Ia merasa tidak memperoleh kebebasan, karena aturan-aturan yang ada di panti jompo tersebut dapat menghambat kebebasannya. Namun, setelah seminggu berada di sana Ia dapat merasakan kenyamanan.

Selama berada di panti jompo Ia tidak merasakan kesusahan lagi untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari karena panti jompo telah menyediakannya. Ia juga mendapatkan fasilitas berupa tempat tinggal yang menurutnya nyaman, sehingga Ia dapat beribadah dengan tenang. Dan semua itu Ia dapatkan dengan gratis. Sekarang Ia bagaikan burung di dalam sangkar, jika burung di dalam

sangkar tersebut dilepaskan, Ia pasti akan kembali lagi ke sangkarnya karena tidak mampu memenuhi kebutuhan ketika berada di luar sangkar. Begitu juga dengan MT, jika berada di panti jompo maka Ia tidak akan merasakan kesusahan untuk memenuhi kebutuhannya, karena panti jompo telah menyediakannya. Namun, jika Ia berada di luar panti jompo, Ia harus berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya.

Ia merasa bersyukur dengan apa yang telah diperoleh selama berada di panti jompo. Baginya kebahagiaan itu dapat dirasakan apabila kita dapat mensyukuri segala apa yang telah kita peroleh. Selama berada di sana, Ia masih dikunjungi oleh anak-anaknya walaupun hubungan dengan istrinya kurang baik. Ia mempunyai harapan jika anaknya sudah mampu, Ia ingin tinggal bersama mereka..

Banyak pengalaman yang telah MT peroleh selama berada di panti jompo. Ia mendapatkan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat seperti ceramah agama, bimbingan sosial, pemeriksaan kesehatan, dan senam pagi. Ia merasakan bahwa semua kegiatan tersebut dapat bermanfaat bagi fisik dan psikisnya. Ia termasuk orang yang sederhana dalam menjalani hidup dan Ia memiliki hubungan sosial yang baik dengan siapa saja. sehingga Ia dapat merasakan kenyamanan, ketenangan, dan kedamaian.

i. Profil CA

CA (60 tahun, pria). Ia baru lima bulan tinggal di panti jompo. Ia kehilangan istrinya karena penyakit yang tidak dapat disembuhkan dan telah

menghabiskan banyak biaya untuk mengobati penyakit istrinya dan telah menghabiskan semua uang simpanannya. Setelah istrinya meninggal Ia benar-benar mengalami kesulitan ekonomi, sehingga Ia harus mengadu nasib di kota Pekanbaru. Pada kenyataannya kehidupan tidak semudah yang Ia bayangkan. Ia harus memenuhi segala kebutuhannya agar dapat bertahan hidup. Ia memiliki pekerjaan, tetapi tidak tetap. Ia harus berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya agar bertahan hidup. Karena himpitan ekonomi tersebut, akhirnya Ia memutuskan untuk tinggal di panti jompo. Dan ini juga merupakan saran dari kepala panti jompo yang juga merupakan temannya.

Pada awalnya, Ia merasa tidak bebas berada di panti jompo. Ia merasa bahwa aturan-aturan yang ada di panti jompo dapat menghambat kebebasannya. Namun, Ia sadari bahwa aturan-aturan tersebut demi kebaikan semua penghuni yang ada di panti jompo agar dapat merasakan kenyamanan. Ia memiliki hubungan sosial yang baik karena jarang bermasalah dengan penghuni lainnya dan ini juga yang membuat Ia merasa nyaman dan bahagia tinggal di panti jompo

Panti jompo merupakan tempat yang nyaman, yang membuatnya dapat melakukan ibadah dengan tenang, sehingga Ia lebih tenang dan khusuk dalam melaksanakan ibadah. Kalau dahulu Ia hanya melakukan ibadah sekedarnya saja, namun setelah berada di panti jompo Ia dapat melakukan ibadah dengan khusuk. Walaupun CA tinggal di panti jompo baru lima bulan, namun Ia telah memperoleh banyak pengalaman. Ia pun merasa nyaman dan senang berada di sana karena adanya fasilitas sebagai pemenuhan kebutuhannya. Seperti tempat tinggal, makanan, pakaian dan uang saku. Sehingga Ia tidak perlu lagi memikirkan

bagaimana caranya untuk memenuhi kebutuhan. Ketika hidup ini dirasakan tidak susah lagi, maka rasa syukur yang dapat dirasakan oleh CA atas semua yang Ia peroleh di panti jompo. Ia merasa bahagia telah mendapatkan fasilitas, perhatian, dan ketenangan.

Tabel 2. Profil singkat Subjek (Lansia di panti jompo)

No	Nama Lansia	Jenis Kelamin	Usia (tahun)	Berada di Panti Jompo
1	ST	P	67	2 tahun
2	SP	P	87	9 tahun
3	MN	P	63	4 tahun
4	NR	P	83	7 bulan
5	AS	L	97	17 tahun
6	KB	L	70	1 tahun
7	JM	L	83	9 tahun
8	MT	L	68	5 tahun
9	CA	L	60	5 bulan

Sumber: hasil wawancara September-November 2010

2. Dinamika kebahagiaan Lansia di Panti Jompo

Pada hakikatnya peneliti mengklasifikasikan pengalaman berdasarkan aspek-aspek kesamaannya. Dengan demikian, pada prakteknya, fenomenologi mengasumsikan “kesamaan” sebagai unsur utama dalam membuat klasifikasi pengalaman. Jadi fenomenologi lebih mencari kesamaan-kesamaan pengalaman yang tertahan, ketimbang pengalaman yang dengan cepat/mudah dilupakan.

Setelah data dari semua responden dianalisis secara menyeluruh, maka menghasilkan makna-makna dan esensi fenomena masing-masing individu, yang merupakan dinamika yang subjek rasakan setelah berada di panti jompo. Dari hasil analisis ditemukan beberapa dinamika lansia dalam merasakan kebahagiaan yang kemudian menghimpunnya kedalam aspek-aspek tertentu. Aspek-aspek tersebut meliputi kebutuhan hidup, aktifitas, dan hubungan sosial.

a) Kebahagiaan dan kebutuhan hidup

Setiap individu memiliki kebutuhan hidup. Para lanjut usia juga memiliki kebutuhan yang sama agar dapat hidup sejahtera. Selama berada di panti jompo lansia diusahakan agar tidak merasakan kekurangan dalam pemenuhan kebutuhan hidupnya. Oleh sebab itu, segala keperluan dan kebutuhan lansia telah disediakan oleh petugas panti jompo. Ketika pertama masuk ke panti jompo, lanjut usia telah mendapatkan fasilitas seperti kamar, pakaian seragam, dan sebagainya.

“...Waktu itu kan..masuk, dapat kamar. Jadi waktu mengambil-ngambil pakaian, apa semuanya yang belum ada, belum ada kan. Kain senam pagi, kain seragam, kain apa ni. Jadi ada gudang di sana kan. “yok ke gudang dulu”, katanya cari pakaian. Pokoknya pakaian serupa di sini belum ada satu lagi. Disuruhnya pilih yang sesuai. “Cari lah yang sesuai”, kalau tidak ada yang sesuai di ukurnya. Jadi pakaian semuanya, aturnya semuanya. Bantalnya, cukuplah semuanya. Terima bersih aja lagi di sini.”(KB.55)

Disamping keperluan tersebut, lanjut usia di panti jompo juga mendapatkan kebutuhan untuk makan, pakaian sehari-hari dan juga mendapatkan uang saku.

“Makan ya, apa adanya. Makan tu enak-enak. Ikan, ayam, dendeng daging pake cabe. Pokoknya yang baik aja deh. Pakaian ya di kasih. Setiap tahun baek, hari baek ya kita dikasih kain, di kasih uang.”(SP.120)

Lanjut usia bersyukur atas terpenuhinya segala kebutuhannya selama berada di panti jompo, ketika berada di luar panti jompo lansia tidak dapat memenuhi segala kebutuhannya sendiri. Dengan demikian, lansia merasa tenang berada di panti jompo sehingga lanjut usia dapat merasakan kebahagiaan.

“Kalau kebahagiaan saya di sini, ya kita tu dapat fasilitas di sini aja kita tu udah senang. Kalau selama di luar kita harus mencari. Kalau di sini kita tinggal terima ajah, tu lah.”(CA.20)

Lanjut usia juga menerima segala yang mereka dapatkan di panti jompo dengan ikhlas, walaupun terkadang tidak sesuai dengan keinginan lansia tersebut. Dengan demikian, hal tersebut akan membuat lanjut usia merasa nyaman berada di panti jompo sehingga mereka bahagia berada di panti jompo.

“Ya walaupun itu kita makan juga, yang namanya nasi di kasih urang, ya gitu aja.”(ST.70)
“Tuhan yang kuasa yang menghidupkan kita. Sehari-hari ngasih ini..itu.. diterima aja dengan ikhlas.”(ST.215)

b) Kebahagiaan dan aktifitas

Selama berada di panti jompo lanjut usia mengikuti berbagai aktifitas yang ada di panti jompo, seperti ceramah agama, bimbingan sosial, keterampilan, pemeriksaan kesehatan, dan senam pagi. Lanjut usia mengakui bahwa banyak manfaat yang telah mereka dapatkan dengan melakukan aktifitas-aktifitas tersebut.

“Oh ya, banyak. Hari senin wirit. Hari selasa tu bikin kerajinan tangan. Hari rabu bimbingan sosial. Bimbingan sosial tu ya, biar nantik pak susilo kasih nasehat kita, supaya jangan terjadi yang nggak-nggak. Pokoknya yang baik.”(SP.95)

Aktifitas-aktifitas yang ada di panti jompo bermanfaat untuk fisik dan psikhis lanjut usia. Lanjut usia merasa bahagia melakukan aktifitas-aktifitas yang ada di panti jompo tersebut. Dengan mengikuti dan melakukan aktifitas-aktifitas tersebut, lanjut usia dapat bertemu dan berkumpul dengan sesama mereka.

“Kami me..akukan bunga situ. Keterampilan tu di situ. Banyak orang di situ, ramai. Laki-laki, perempuan. Setiap hari selasa situ kumpulan, bikin bunga.”(MN.45)

Dengan adanya aktifitas atau kegiatan yang dilakukan lanjut usia selama di panti jompo maka dengan demikian akan membuat para lanjut usia dapat merasakan kebahagiaan.

c) Kebahagiaan dan hubungan sosial

Hubungan sosial meliputi hubungan antara lanjut usia dengan keluarga, teman sebaya atau sesama lanjut usia di panti jompo, dan dengan petugas yang bertugas di panti jompo. Selama keberadaan lansia di panti jompo, tentunya lanjut usia berpisah dari keluarga dan sanak saudara. Walaupun demikian, lanjut usia yang masih mempunyai keluarga dikunjungi oleh keluarganya tersebut, sehingga lanjut usia merasa bahagia karena memperoleh perhatian dari keluarga.

“Dia datang, di bawanya sirup, dibawanya cake, minuman kaleng, baju untuk hari raya saya, dikasihnya saya uang 150 ribu. Sudah gitu tu ya..”(SP.60)

Perhatian tersebut dapat membuat para lanjut usia yang berada di panti jompo dapat merasakan penerimaan dari keluarga dan pengasihan dari keluarganya. Dengan demikian lanjut usia bersyukur atas perhatian telah dirasakan sehingga membuat lanjut usia bahagia berada di panti jompo.

“Baik semuanya. Cucu aku datang ke sini. Yang baru melahirkan, kemaren datang ke sini. Dia tinggal di panam, dia datang ke sini. Dia rindu. Dia pengen ngasih dengan nenek, sikit. Diuitnya 750 ribu. Rupanya hilang pula, dia gendong anak. Sampai di sini baru tahu.”(NR.100)

Bagi lanjut usia yang tidak memiliki keluarga atau tidak dikunjungi oleh keluarganya. Lanjut usia tidak merasa kesepian ataupun merasa bersedih. Karena lanjut usia akan lebih mendekatkan diri kepada Allah dan mengikhlaskan keadaanya tersebut. Dengan demikian, lanjut usia dapat merasakan ketenangan sehingga lanjut usia dapat merasakan kebahagiaan ketika berada di panti jompo.

*“Ndak..satu orang pun ndak ada. Rumbai berapa tu, 9 kilo Cuma..kan dekat. Ke Duri tu..biarlah.”
Hah..tu lah, kalau di pikir-pikir saya ndak..ya..saya serahkan sama Allah. Ingat saya Allah.”
“Macam mana mau diapain. Mau menangis..serahkan semua pada Allah. Sudah shalat saya selalu berserah diri pada Allah. Atuk di sini mencari ketenangan..bukan kesenangan, ketenangan.”(AS.120)*

Lanjut usia perlahan-lahan menarik diri dari masyarakat dan lebih mengembangkan suatu kesibukan terhadap dirinya sendiri. Hal yang demikian dapat meningkatkan kepuasan hidup di kalangan lanjut usia. Dalam hubungan sosial, para lanjut usia di panti jompo dapat merasakan kebahagiaan apabila mereka tidak mendapat gangguan dalam setiap apapun yang mereka kerjakan.

“Ya.. artinya dalam kebahagiaan tadi..setiap yang diapakan di sini ndak ada gangguan. Apa yang saya kerjakan di sini, kawan-kawan pada senang. Ada juga yang ndak senang, satu, dua orang. Tapi.. banyak juga yang apa.. yang senang.”(AS.175)

Bagi lanjut usia masalah diantara para lansia di panti jompo tidak akan muncul apabila para lanjut usia mampu menjalin hubungan dengan baik dan tidak saling mencampuri urusan masing-masing.

“Baik. Ndak ada masalah. Atuk kan orangnya apa..lapang aja. kenapa kita harus bermasalah dengan orang. Kita..kita, orang..orang. atuk ndak mau mencampuri urusan orang.”(MT.50)

Namun, walaupun demikian bukan berarti para lanjut usia tidak membutuhkan pergaulan, karena bagaimanapun juga mereka membutuhkan orang lain yang dapat memberikan pertolongan maupun diberikan pertolongan. Hal yang demikian dapat membuat lanjut usia tidak merasakan kesepian sehingga dapat merasakan kebahagiaan.

“Ya biasa yang namanya dari kecil suka nolong-nolongin orang jadi bisa hilangin sedih.”(ST.25)

Ketika terjadi hubungan yang tidak baik di antara para lanjut usia di panti jompo, lanjut usia hanya berserah diri kepada ketentuan Allah dan memohon kepada Allah demi kebaikan selama mereka berada di panti jompo. Jadi, apapun yang menjadi keputusan atau kehendak Allah maka lanjut usia akan menerimanya dengan ikhlas.

“Apa yang terjadi di diri saya, kata-kata ini dan ini dan yang buruk-buruk tu, saya amin kan saja. Alhamdulillah kamu bikin begiru sama dengan saya, saya jawab dengan baik saja. Amiiin. Ya Allah ya Tuhan, berilah aku kesabaran. Saya akan jadi seorang ibu yang baik dan seorang nenek yang baik. Tuhan saksikan, bimbinglah saya ya Allah ke jalan yang baik. Walaupun apa orang bicara sama saya, sangat ingin yang baik, ndak ada yang buruk. Saya bicara, ya Allah ya Tuhanku, tuntunlah saya dengan jalan yang baik. Sambil saya menangis dalam hati.”(SP.105)

3. Makna kebahagiaan Lansia di Panti Jompo

Berangkat dari deskripsi detail tentang responden-responden pada analisis data dan kemudian dilanjutkan dengan deskripsi gabungan (*composite description*) secara menyeluruh semua makna dan esensi fenomena pada semua responden, menunjukkan bahwa lanjut usia yang berada di panti jompo

mengalami kebahagiaan. Penyebab kebahagiaan pada tiap lanjut usia tidaklah sama persis, tetapi semuanya bersumber pada bagaimana lanjut usia merespon atas hal-hal yang telah ia peroleh selama berada di panti jompo.

Hal-hal yang mempengaruhi kebahagiaan lansia di panti jompo, yaitu:

1. Aktifitas yang dilakukan oleh lanjut usia di panti jompo
2. Kebutuhan hidup lanjut usia di panti jompo
3. Hubungan lanjut usia dengan keluarga
4. Hubungan lanjut usia dengan sesama lansia di panti jompo.
5. Hubungan lanjut usia dengan petugas panti jompo.

Aktifitas, kebutuhan hidup dan hubungan sosial akan mempengaruhi kebahagiaan pada lanjut usia di panti jompo. Tetapi untuk lebih lanjutnya ternyata para lanjut usia juga berbeda dalam mengartikan kebahagiaan yang dirasakan. Kebahagiaan yang dirasakan oleh lanjut usia merupakan bagaimana lanjut usia merespon hal-hal yang mempengaruhi kebahagiaan tersebut. Dari hasil analisa ternyata lanjut usia merasa bersyukur dan ikhlas sehingga lansia dapat merasakan kebahagiaan.

1. Bersyukur

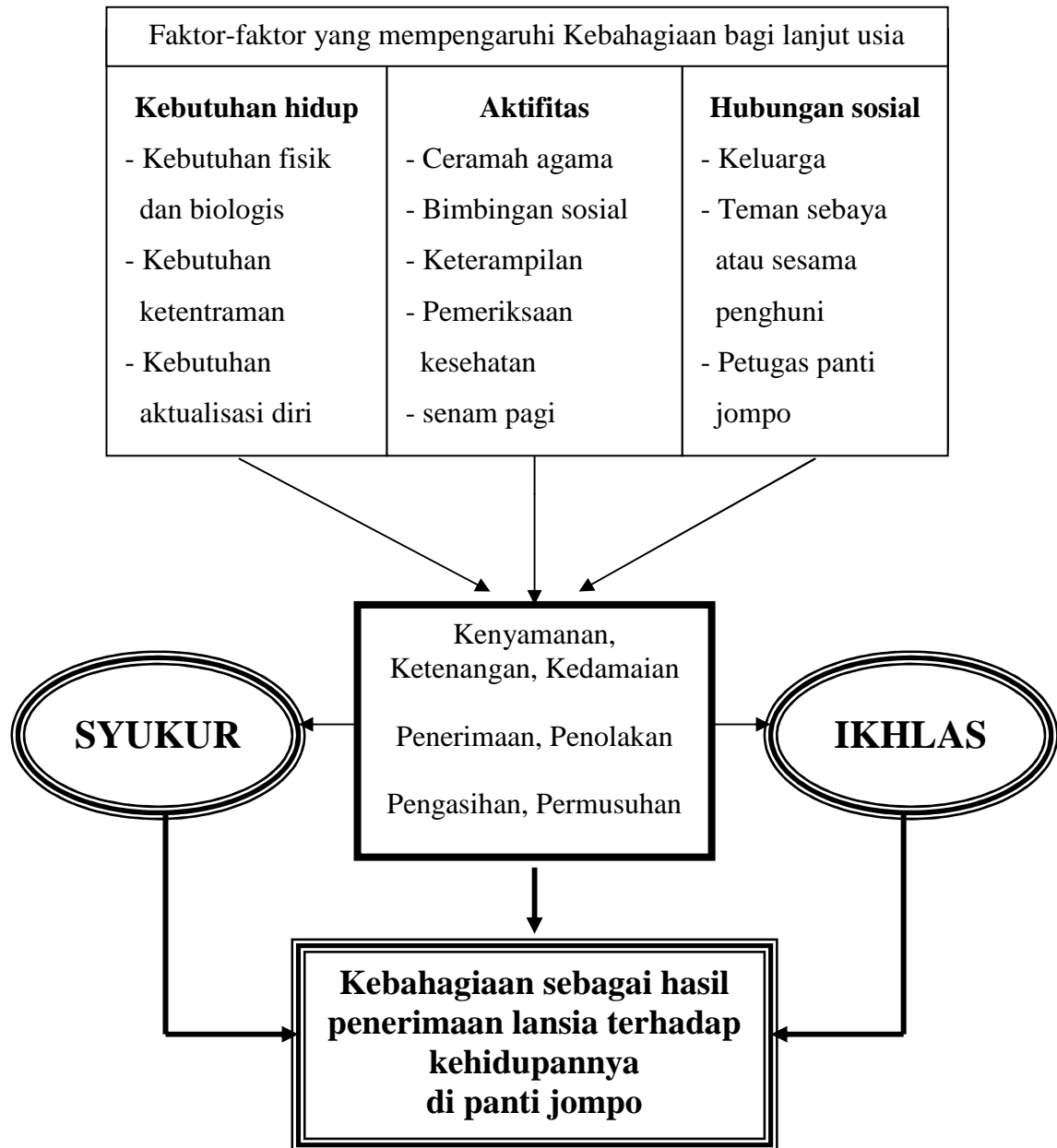
Apabila lanjut usia tidak berkeberatan memperoleh dan melakukan aktifitas, mendapatkan kebutuhan hidup yang diperlukan, dan mempunyai hubungan sosial, meskipun sebenarnya lansia mampu mendapatkan yang lebih. Artinya, lanjut usia menerimanya dengan perasaan senang ataupun tidak sakit hati sehingga lanjut usia dapat merasa bahagia.

2. Ikhlas

Apabila lanjut usia menyerahkan semua masalah kepada Allah. Lanjut usia merasa bahwa segala yang terjadi pada hidupnya merupakan ketentuan dari Allah sehingga lanjut usia dapat menerimanya. Jadi jika lanjut usia dapat mengkondisikan hati dalam keadaan ikhlas maka lanjut usia akan merasa bahagia.

Bersyukur dan ikhlas merupakan bentuk penerimaan lanjut usia terhadap keadaannya selama berada di panti jompo. Jadi kebahagiaan dimaknai sebagai hasil dari penerimaan lanjut usia terhadap kehidupannya selama berada di panti jompo.

Gambar 1. Proses Pembentukan Makna Kebahagiaan pada Lansia di Panti Jompo



B. Pembahasan

Hasil penelitian ini secara keseluruhan menunjukkan bahwa kebahagiaan yang dirasakan lanjut usia dimaknai sebagai hasil dari penerimaan lansia terhadap kehidupannya selama berada di panti jompo yang terintegrasi dari makna yang lanjut usia rasakan.

Di panti jompo para lanjut usia tidak hanya hidup seorang diri. Para lanjut usia berbagi kehidupan dengan penghuni panti jompo yang lainnya. Secara umum, lanjut usia memiliki hubungan yang baik dengan penghuni panti jompo lainnya. Namun, ketika terjadi hubungan yang tidak baik di antara para lanjut usia di panti jompo, lanjut usia hanya berserah diri kepada ketentuan Allah dan memohon kepada Allah demi kebaikan selama mereka berada di panti jompo. Hal ini menunjukkan keikhlasan lansia dalam menerima keadaan yang terjadi.

Para lanjut usia mendapatkan perhatian dari keluarga dan juga dari petugas panti jompo. Bagi lanjut usia, keluarga merupakan sumber kepuasan. Lanjut usia membutuhkan dorongan, semangat atau bantuan dari anggota-anggota keluarga. Bagi lanjut usia di panti jompo yang masih mendapatkan perhatian dari keluarganya, akan membuat lanjut usia dapat merasakan kebahagiaan di panti jompo. Bagi lanjut usia yang tidak memiliki keluarga atau tidak mendapatkan perhatian dari keluarga, maka di panti jompo mereka memperoleh perhatian dari petugas panti jompo dan dari sesama penghuni. Perhatian yang lanjut usia peroleh merupakan bentuk penerimaan dan pengasihan orang lain terhadap lansia sehingga lansia dapat merasakan kebahagiaan. Menurut Hurlock (1980), penyebab

kebahagiaan di masa lanjut usia tergantung apabila terpenuhinya *acceptance* (penerimaan), *affection* (pengasihian), dan *achievement* (penghasilan).

Selama para lanjut usia berada di panti jompo, segala kebutuhan hidup yang lanjut usia perlukan telah diperoleh selama berada di panti jompo tersebut. Kebutuhan hidup para lanjut usia meliputi (1) Kebutuhan fisik atau biologis seperti pangan, sandang, papan, dan sebagainya. (2) Kebutuhan ketentraman yaitu kebutuhan akan rasa keamanan dan ketentraman, baik lahiriah maupun batiniah seperti kebutuhan akan jaminan hari tua, kebebasan, kemandirian, dan sebagainya. (3) Kebutuhan aktualisasi diri meliputi kebutuhan untuk mengungkapkan kemampuan fisik dan rohani berdasarkan pengalamannya masing-masing dan bersemangat untuk hidup. Para lanjut usia mengakui bahwa mereka bahagia berada di panti jompo karena segala kebutuhan tersebut dapat diperoleh selama berada di panti jompo.

Jika ditelusuri lebih dalam lagi, mengapa lanjut usia bahagia memperoleh kebutuhannya tersebut? Itu dikarenakan lansia menerima dengan rasa syukur dan ikhlas. Sebagai contoh, ketika makanan yang lanjut usia makan tidak sesuai dengan keinginannya, lanjut usia tetap menerima dengan rasa syukur dan ikhlas. Karena lanjut usia berpikir apabila mereka tinggal di luar panti jompo, mereka belum tentu mendapatkan makanan dengan mudah. Lanjut usia harus berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya tersebut. Sedangkan di panti jompo, petugas telah menyediakan segala kebutuhan lanjut usia.

Begitu juga dengan aktifitas-aktifitas untuk para lanjut usia yang ada di panti jompo. Lansia mengakui merasa bahagia mengikuti dan melakukan aktifitas

yang ada di panti jompo. Setiap harinya panti jompo memiliki aktifitas yang berbeda. Pada hari Senin lanjut usia mendapatkan ceramah agama, hari Selasa lanjut usia mendapatkan bimbingan sosial, hari Rabu lanjut usia mengikuti kegiatan keterampilan, hari Kamis dan Jum'at lanjut usia mengikuti pemeriksaan kesehatan, dan hari Sabtu lanjut usia mengikuti senam pagi. Sedangkan hari Minggu tidak ada kegiatan dari panti jompo karena hari minggu lanjut usia bebas melakukan apapun.

Menurut teori aktivitas, semakin lanjut usia aktif dan terlibat dalam suatu aktifitas atau kegiatan, semakin kecil kemungkinan mereka menjadi renta dan semakin besar kemungkinan mereka merasa puas dengan kehidupannya (Santrock, 2002). Secara teori memang menyatakan bahwa dengan lanjut usia melakukan aktifitas maka lanjut usia kan merasakan kebahagiaan. Namun pada penelitian ini menunjukkan bahwasanya penerimaan lanjut usia terhadap aktifitas tersebut yang membuat lanjut usia menjadi bahagia. Lanjut usia ikhlas menerima dan mengikuti aktifitas-aktifitas tersebut dan bersyukur karena aktifitas-aktifitas yang dilakukan dapat memberikan manfaat bagi lanjut usia, walaupun ada juga aktifitas yang tidak dapat dilakukan oleh lanjut usia di karenakan keterbatasan lanjut usia tersebut.

Pada dasarnya lanjut usia merasa bahwa telah mendapatkan kehidupan yang baik selama berada di panti jompo. Dalam hal ini sesuatu yang dirasakan oleh lanjut usia merupakan *central phenomenon* yang membuat lansia terus dalam ikhlas menerima segala yang terjadi dan bersyukur atas segala yang telah diperoleh. Keikhlasan merupakan sumber kebahagiaan karena orang yang ikhlas

pasti akan memiliki jiwa yang tenang, tentram dan damai dalam hidupnya (Syarbini, 2010).

Menurut Syarbini (2010), Syukur adalah induk semua pikiran positif. Ketika syukur menjadi cara hidup, maka benih pikiran negatif tidak bisa tumbuh subur dalam pikiran individu, sehingga rasa syukur akan menghasilkan rasa damai. Bersyukur dan ikhlas merupakan bentuk penerimaan lansia terhadap keadaannya selama berada di panti jompo. Jadi kebahagiaan dimaknai sebagai hasil dari penerimaan lansia terhadap kehidupannya selama berada di panti jompo.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa makna kebahagiaan yang dirasakan oleh lanjut usia di panti jompo, yaitu: kebahagiaan merupakan hasil penerimaan lanjut usia terhadap kehidupannya di panti jompo, yang menunjukkan bahwa lanjut usia di panti jompo merasakan kebahagiaan yang diperoleh dari rasa bersyukur dan ikhlas atas semua yang telah lanjut usia dapatkan di panti jompo. Hal ini meliputi beberapa faktor yang dirasakan oleh lanjut usia ketika dikaitkan dengan kebahagiaan. Pertama, hubungan sosial yang terjadi pada lanjut usia selama berada di panti jompo baik dari keluarga, teman sebaya, maupun dari petugas panti jompo. Kedua, terpenuhinya segala kebutuhan hidup para lanjut usia di panti jompo. Lanjut usia mengakui bahwa dengan terpenuhinya segala kebutuhan hidup tersebut akan membuat lanjut usia merasa bahagia berada di panti jompo. Ketiga, aktifitas-aktifitas yang dilakukan oleh para lanjut usia di panti jompo. Lanjut usia merasa bahagia ketika melakukan dan mengikuti aktifitas yang ada di panti jompo.

B. Saran Penelitian

Ada beberapa saran yang ingin peneliti sampaikan, diantaranya:

1. Saran bagi lanjut usia.

Agar lanjut usia di panti jompo dapat meningkatkan rasa syukur dan ikhlas menjalani kehidupannya di panti jompo agar dapat merasakan kebahagiaan.

2. Saran bagi petugas panti jompo.

Lanjut usia merasa bahagia mendapatkan perhatian dari orang lain karena akan lebih membuat lanjut usia merasa nyaman berada di panti jompo. oleh sebab itu, kepada petugas panti jompo agar tidak berhenti dalam memberikan perhatian kepada lanjut usia.

3. Saran bagi peneliti selanjutnya

- a. Dalam penelitian ini masih banyak kekurangan, baik dari persiapan, analisa data maka untuk peneliti berikutnya dapat disarankan agar melakukan persiapan yang matang sebelum melakukan penelitian kualitatif fenomenologi, seperti meningkatkan kemampuan membangun *rapport* pada partisipan dan waktu dalam wawancara, melakukan ujicoba dalam analisa data serta penulisan hasil penelitian.
- b. Penelitian ini hanya mencari makna kebahagiaan dari sudut pandang lanjut usia di suatu panti jompo. Oleh karena itu disarankan kepada peneliti lain yang ingin meneliti mengenai kebahagiaan pada lanjut usia agar meneliti dari sudut pandang lanjut usia di panti jompo lain. Sehingga nantinya akan

diperoleh gambaran yang lebih lengkap tentang kebahagiaan pada seorang lanjut usia yang tinggal di panti jompo.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2004. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM (Universitas Muhamadiyah Malang).
- Creswell. 1998. *Qualitative Design: Choosing Among Five Traditions*. New Delhi: Sage Publications.
- Bandiyah, Siti. 2009. *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Elfida, Diana. 2008. *Hubungan antara Keyakinan Religius dengan Kebahagiaan pada Orang Dewasa (Skripsi)*. Pekanbaru: Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.
- Hardywinoto, SKM., Setiabudhi, Tony. 1999. *Panduan Gerontologi: Tinjauan dari Berbagai Aspek. Menjaga Keseimbangan Kualitas Hidup Para Lanjut Usia*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Umum
- Hurlock, Elizabeth B. 1980. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Khavari, Khalil A. 2000. *The Art of Happiness*. (Diterjemahkan Agung Prihantoro). Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta.
- Kuswano, Engkus. 2009. *Fenomenologi; Konsepsi, Pedoman dan Contoh Penelitian*. Bandung: Widya Padjadjaran.
- Lyumbomirsky. S. 2001. *Why are some People Happier than Others? The Role of Cognitive and Motivational Processes in Well-Being*. American Psychologist, 56, 3, 239-249.
- Lyumbomirsky. S., Tkach, C., dan Dimatteo, M. R. 2006. *What are the Difference Between Happiness and Self-Esteem?* Social Indicators Research, 78, 368-404.
- Niven. 2002. David. *100 Rahasia Membuat Hidup Bahagia = Happy People*. Jakarta: Erlangga.
- Papalia, Diane E, dkk. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. 2008. Jakarta: Kencana
- Pasha, Hassan Syamsi. 2006. *Menuju Bahagia*. Jakarta: Qisthi Press.

- Poerwandari, E. Kristi. 1998. *Pendekatan Kualitatif dalam Penelitian Psikologi*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) UI.
- Putri, Alfadioni Utami. 2005. *Ibu dan Karir: Kajian Fenomenologi terhadap Dual-Career Family*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Santrock, Jhon W. 2002. *Life_Span Development: Perkembangan Masa Hidup*, Edisi 5, Jilid II. Jakarta: Erlangga.
- Sari, Mustika. 2005. *Perbedaan stress akibat kehilangan pasangan hidup antara wanita lanjut usia yang hidup sendiri dengan yang hidup bersama anaknya*. Pekanbaru: Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.
- Seligman, Martin E.P. 2002. *Aunthetic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Sheldon, K.M. dan Lyumbomirsky, S. 2006. *How to Increase and Sustain Positive Emotion: The Effects of Expressing Gratitude and Visualizing Best Possible Selves*. *Journal of Positive Psychology*, 1, 73-82.
- Sugiyono. 2009. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Summers, Watson. 2006. *The Book of Happiness: 20 Hari yang Mengubah Hidup*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Umum.
- Syarbini, Amirulloh. 2010. *Dahsyatnya Sabar, Syukur, dan Ikhlas, Muhammad SAW*. Bandung: Ruang Kata
- _____. http://id.wikisource.org/wiki/Undang_Undang_Republik_Indonesia_Nomor_13_Tahun_1998. Diakses Desember 2010
- _____. <http://jhon-solution.blogspot.com/2/008/06/lanjut-usia-dan-panti-jompo.html>. Diakses Desember 2010